



Selbstgemachte Spätzle Bolognese «Gran Gusto» mit Hackfleisch oder Buchweizen (veg.)

von Charly, Klaus und Marie

Zutaten für 4 Portionen:

Spätzle:

- 500 g Mehl
- 6 Eier
- 2 TL Butter
- 1 TL Salz
- 100 ml Wasser

Sauce Bolognese „Gran Gusto“:

- 500 g Rinderhackfleisch
- 1,5 kg Tomaten
- 1 Knolle Knoblauch
- reichlich Parmesan
- 2 TL Oregano
- Salz, Pfeffer
- etwas Zucker

vegetarische Variante mit Buchweizen:

- 250 g Buchweizen
- 1 TL Salz
- 750 ml Wasser

Zubereitung:

Spätzle: Mehl, Eier und Butter mischen. Den Teig schlagen, bis er Blasen wirft und zähflüssig ist. Dann 10 Min. ruhen lassen. In der Zeit gesalzenes Wasser aufkochen.

Den Teig portionsweise durch die Spätzlepresse ins kochende Wasser drücken. Kurz aufkochen lassen, mit einer Schaumkelle herausnehmen und in kaltem Wasser abschrecken. Anschließend gut abtropfen lassen.

Sauce Bolognaise: Zwiebeln in Scheiben schneiden, in eine Pfanne geben, salzen und in Öl glasig schmoren. Tomaten in Scheiben schneiden. Zu den Zwiebeln geben. Einmal durchrühren und dann einen Teller darüberlegen, so dass der Inhalt der Pfanne darunter verborgen ist, und mindestens 15 Minuten bei geringer Hitze schmoren lassen.

Das Rinderhack in eine zweite Pfanne geben und ohne Zugabe von Fett braten. Dabei mit einer Gabel auseinanderdrücken, bis sich das gesamte Hack in kleine braune Klümpchen verwandelt hat.

Wenn Zwiebeln und Tomaten zu einer weichen Masse geschmort sind, das Rinderhack dazugeben sowie 4 - 5 ungeschälte Knoblauchzehen. Das Wasser herunterkochen lassen und hin und wieder umrühren. Mit einer guten Portion Olivenöl auffüllen. Abermals aufkochen lassen und etwas Wasser dazu, damit die Soße nicht zu fest wird

Gleichzeitig die Spätzle in Wasser mit Salz und einem Schuss Olivenöl aufsetzen. Das Wasser abgießen, wenn sie bissfest sind.

Sauce mit reichlich Oregano, Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss eine Prise Zucker und bei Bedarf etwas kleingeschnittenen Knoblauch dazugeben. Mit viel geriebenem Parmesankäse servieren.

Buchweizen empfiehlt sich für die vegetarische Version statt Hackfleisch.

Erst kalt, dann heiß gründlich waschen, in 1/2 l kochendes Wasser mit Salz geben und 10-20 Min. bei schwacher Hitze kochen. Während des Kochens ca. 1/4 l Wasser bis zum Garquellen hinzufügen.

Optional: Nach dem Kochen stark würzen, Fett dazugeben und weiter nachquellen lassen. Damit Buchweizen körnig bleibt, ist das Darren der Körner zu empfehlen (in einem fettlosen Topf kurz anbraten).

mog61 wünscht guten Appetit!